



САМозащита Без Оружия

В январе в Барнауле проходил Всероссийский турнир по самбо памяти заслуженного тренера СССР Валерия Метелицы. Это значимый человек для самбистов нашей страны, поэтому на соревнования приехали спортсмены из Московской, Ивановской, Липецкой, Ярославской, Свердловской, Челябинской областей, Чувашии, Адыгеи, Пермского края.

Валерий Анатольевич долгие годы тренировал детей в Барнаульской спортивной школе «Спартак», воспитывал настоящих чемпионов. Но «Спартак» — не единственное место, где можно научиться самбо. В Алтайском крае есть немало спортивных школ и тренеров, которые обучают детей технике самбо. Например, Владимир Жданов и Александр Косилов.

«У меня всегда получалось объяснять»

Владимир Васильевич Жданов — тренер-преподаватель высшей квалификационной категории отделения самбо, мастер спорта международного класса. Будущий тренер вырос в Красногорском. В селе не было большого выбора спортивных секций. Папа Владимир Васильевич был знаком с тренером Германом Ивановичем Теберевым, поэтому Владимира и его старшего брата Артёма в раннем возрасте привели в зал самбо. «Родители выбрали за меня, и за это я очень им благодарен». Так началась спортивная жизнь будущего преподавателя.

После школы Владимир Васильевич поступил в Барнаульский юридический институт, стал заниматься дзюдо под руководством Алексея Юрьевича Таскина, мастера спорта международного класса по самбо. Благодаря этому спорту Владимиру Васильевичу удалось попутешествовать. Он побывал на соревнованиях по многим городам нашей страны и странах СНГ.

К профессии тренера Владимир Васильевич пришёл не сразу. Некоторое время работал участником. Позже вместе со своим коллегой Сергеем Георгиевичем Тюкиным, мастером спорта по самбо и дзюдо, устроился на работу тренером в Алтайский центр самбо. Здесь он работает уже девять лет. «Мне нравится, что у меня всегда получалось объяснить людям, как и что делать, почему именно так». Сейчас ученики Владимира Васильевича добиваются высоких результатов. Юные самбисты занимали призовые места на Первенстве Европы и мира, становились чемпионами России, обладателями кубка страны.

«В 90-е годы был упадок самбо. Этот спорт никто не развивал. Но сейчас, с открытием Алтайского центра самбо, мы смогли удержать ребят в нашем регионе, благодаря чему они стали показывать результаты высокого уровня. Развитие самбо сейчас активное, по-прежнему самбо является базовым видом спорта, это очень важный критерий для нас. Очень много районов сейчас культивируют самбо — около 27 в Алтайском крае, поэтому много спортсменов участвуют в Первенстве края, в финале Сельской олимпиады спортсменов Алтайского края. Всё это говорит о том, что самбо у нас имеет хорошее развитие», — говорит Владимир Жданов.

Династия самбистов

Александр Анатольевич Косилов — тренер по самбо в селе Мамонтово Мамонтовского района. Бронзовый призёр первенства Вооружённых сил России, чемпион Сибирского военного



Тренер Владимир Жданов с победителями и призёрами турнира по самбо в г. Славгороде



Александр Косилов с сыновьями Артёмом и Даниилом на Краевых соревнованиях в г. Славгороде

округа, лучший детский тренер Алтайского края 2013 года.

Александр Анатольевич вырос в селе Сулово Мамонтовского района. Отец Александра, Анатолий Иванович Косилов, после службы в армии вернулся в родное село и набрал группу ребят для занятий самбо. Он был тренером-общественником и после основной работы приходил в здание школы и обучал детей и юношей технике

самбо. И, конечно, брал в зал Александра и его старшего брата Сергея, а впоследствии и младшего сына Алексея. Так и сыновья начали заниматься спортом, ездили на соревнования и занимали призовые места. «Отец смог влюбить в самбо многих ребят, в том числе и нас», — рассказывает сейчас тренер.

Всё школьное время Александр Анатольевич продолжал тренироваться, а по-

том поступил в Ачинское военное училище. После выпускного отслужил по распределению в селе Топчиха Алтайского края, а спустя два года приехал в родное село. Продолжал тренировку, занимал места на соревнованиях. Вскоре Александра пригласили стать тренером Мамонтовской спортивной школы. Так Александр Анатольевич стал преподавать детям технику самбо,

параллельно получая второе образование — педагогическое.

Сейчас воспитанники тренера участвуют в краевых, межрегиональных, всероссийских соревнованиях, соревнованиях Сибирского федерального округа. Многие спортсмены приобщились к самбо в дальнейшей деятельности — кто-то связал свою жизнь непосредственно со спортом, а кто-то выбрал смежные специальности. Так, младший брат Александра Анатольевича Алексей окончил военную академию и сейчас занимает должность начальника физической подготовки полка.

Семью Косиловых смело можно назвать династией самбистов, потому что сыновья тренера тоже активно тренируются и занимают призовые места на соревнованиях. Старший сын Артём в январе занял второе место на Всероссийском турнире по самбо памяти В.С. Ощепкова в Омске.

«За 25 года моей работы воспитано более двадцати кандидатов в мастера спорта и пять мастеров спорта. Я горжусь всеми достижениями своих воспитанников и за каждого, без исключения, переживаю».

Анастасия Болховитина,
8 класс, школа №76
Фото из личных архивов героев



Анатолий Иванович Косилов в жюри Краевой олимпиады сельских спортсменов 1983 г.

Александр Анатольевич стал лучшим детским тренером Алтайского края 2013 года.

Наш земляк - лучший детский тренер по самбо

Ежегодно управление Алтайского края по физкультуре и спорту проводит конкурс, по итогам которого определяются лучшие детские тренеры года. Конкурс призван способствовать развитию детско-юношеского спорта, выявлять прогрессивные методы подготовки спортсменов, показывать значимость тренерской профессии. По результатам работы лучшим детским тренером 2013 года по борьбе самбо признан Александр Анатольевич Косилов - тренер Мамонтовской ДЮСШ. Он награжден денежной премией в размере 50 тысяч рублей.

К званию лучшего тренера Александр Анатольевич шел постепенно. А начиналось все в детстве, когда в далеком 1983 году отец, известный в районе тренер по самбо Анатолий Иванович Косилов, привел Сашу в спортивный зал в родном Суслово. Вот так он и начал заниматься борьбой. В те годы Суслово вообще было спортивным селом, молодежь участвовала в соревнованиях по различным видам спорта. Многие делали для этого преподаватели физкультуры В. А. Палкин и Ю. В. Волков.

В 1995 году Александр Анатольевич закончил школу и решил связать свою судьбу с Вооруженными Силами. Поступил в Ачинское военное авиационно-техническое училище. Здесь продолжал заниматься борьбой самбо, армейским рукопашным боем. В 1998 году стал «бронзовым» призером первенства Вооруженных Сил России, проходившем в городе Иванове. Побеждал на чемпионатах Сибирского военного округа по рукопашному бою. Выполнил норматив кандидата в мастера спорта. После окончания училища был направлен служить на Алтай. Но тут как раз в 90-е годы грянули реформы в армии, наступила неопределенность, и

Награды

Александр Анатольевич уволился из Вооруженных Сил.

Вернулся в родное Суслово, на общественных началах вел тренировки по самбо. А с 2003 году он является тренером ДЮСШ по борьбе самбо и дзюдо. Без трудностей не обошлось, на первых порах у борцов не было постоянного помещения и они «кочевали». Затем им выделили зал в здании старого Дома культуры в Мамонтове. Прошло время, зал хорошо оборудовали, имеются два борцовских ковра, тренажеры. Словом, созданы все условия для плодотворных тренировок.

За эти годы, благодаря по-настоящему профессиональному подходу к делу, энтузиазму, Александр Анатольевич подготовил немало отличных борцов. Это Андрей Кондлин, братья Андрей и Аркадий Босоноговы, Кирилл Пташкин, Семен Косилов, Илья Мителев и многие другие. Его воспитанники становятся победителями и призерами соревнований не только районного и краевого уровней, но и Сибирского федерального округа, всероссийских и международных.

В первенстве России, которое являлось отборочным на чемпионат Европы среди юношей, Андрей Кондлин стал серебряным призером. Борцы Мамонтовской ДЮСШ выезжают на соревнования во многие города и регионы России. Двое борцов, подготовленных Александром Анатольевичем, входят в состав сборной Сибирского федерального округа.

Он не только хороший тренер, но еще и воспитатель. Всегда контролирует учебу ребят в школе, поддерживает связь с родителями. И объясняет подросткам, что даже если они не станут большими спортсменами, самбистская



закалка, приобретенные на занятиях такие качества, как взаимовыручка, товарищество всегда пригодятся в жизни. На достигнутом Александр Анатольевич не останавливается, повышает свой профессиональный уровень, выполнил норматив судьи всероссийской категории.

Отдел по физкультуре и спорту администрации района, дирекция ДЮСШ, спортивная общественность поздравляют Александра Анатольевича с высоким званием лучшего детского тренера по борьбе самбо и желают ему и его воспитанникам новых достижений. Следует отметить также вклад в успехи борцов постоянного спонсора, руководителя ООО «Элли» Э. Э. Ишмухамедова.

А. СЛИВЧЕНКО,
начальник отдела
по физкультуре и спорту
администрации района.
НА СНИМКЕ: А. А. Косилов.